霞城北部 地域包括支援センター だより

平22年度 ～夏号～ 第17号

【発行責任者】
山形市社会福祉協議会
霞城北部地域包括支援センター
センター長　志鎌　崇浩
住所：山形市城西町2-2-22
電話：６４５－９０７０

みなさまの相談窓口です

第七地区・金井地区のみなさま、こんにちは。
霞城北部地域包括支援センターは、地域のみなさまの身近な相談窓口として平成18年4月より開設しております。
高齢者の介護や介護予防などのことでご心配な方・不安をお持ちの方は、お気軽にご相談ください。
ご自宅へ伺ってのご相談もおこなっておりますので、ご活用ください。
下記の電話番号にどうぞ。

645－9070

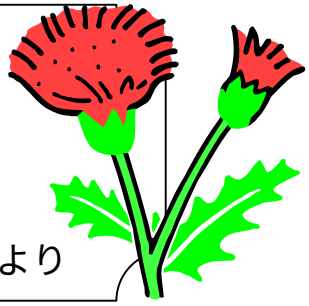
山形市社会福祉協議会

霞城北部地域包括支援センター

◊社会福祉士	志　鎌　崇　浩
◊保　健　師	中　舘　のり子
◊主任介護支援専門員	小　関　千　賀
◊主任介護支援専門員	矢　口　寿　子
介護支援専門員	畑　山　直　美
介護支援専門員	安　達　則　子

もくじ

・まち情報（連載）
　☆橘医院さま
　☆レモン調剤薬局 北町店さま
　☆めだかの学校下条校さま
・家庭の医学まめ知識「食中毒予防法」
・認知症ﾁｪｯｸｼｰﾄ（大友式認知症予測ﾃｽﾄより



第七地区･金井地区の皆様、こんにちは。橘医院です。
当院は昭和51年1月2日、西田町に開業いたしました。内科･小児科を診療科とし、30年以上診療させていただいております。開業した頃は、もちろん西ﾊﾞｲﾊﾟｽはなく、当院から西は田んぼでした。電柱もないため、子供のころ、よく農道でたこ揚げをした記憶があります。その後急速に宅地化が進み、新興住宅街となりました。その頃にこの地区へ越してきた方々が現在還暦を過ぎ、いろいろとからだの悩みを抱える時期になってきているようです。
院長英郎が長年当院で診療してきましたが、平成3年に息子英忠が山形大学医学部を卒業し、平成17年からいっしょに診療を行うようになりました。専門は循環器（心臓病）ですが、いわゆる町医者として、内科･小児科一般の方を診療することが多いです。最近増えてきていると感じるのが、がん･糖尿病と認知症です。これらの病気は生活習慣病という側面もあります。病気になる前に、ご自身が、いろいろと気を付けてできる事があります。そのようなことを多くの方に知ってもらおうと、当院では患者さん向けの勉強会を年1～2回、開催しています。
5月22日には第10回目として、がんについての勉強会を行い、18人の方に来ていただきました。また小児科領域では、何と言っても感染症の診療が中心となります。昨シーズンの新型インフルエンザの流行では、流行状況の確認について、校医をやっている山形市立西小学校と情報交換を密にさせていただき、診療に役立てておりました。
今後とも地域に根ざした診療を行って行きたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

橘医院
院長　橘　英郎
　橘　英忠　　スタッフ一同

みなさま、こんにちは。レモン調剤薬局北町店です。
当店は、下条五叉路から東に向かって、パーラー国際さんの東隣にあります。
保険調剤を主として、一般薬品も取り扱っております。
レモンは、果実のレモンの由来に加え、ラテン語では、神々を指す語源もあります。
天童店を本店とし、地域のみなさまの健康のお手伝いをしていきたいと心がけております。

営業時間　　8：30 ～ 12:30
　　14：00 ～ 17：30

休　日：木曜・日曜・祝祭日

電　話：６８２－１１８０

レモン調剤薬局北町店

まち情報

第七地区･金井地区周辺の医療機関･調剤薬局･介護保険事業所･地域内の主な機関をご紹介させていただきます。

第七地区・金井地区の皆様、こんにちは～。めだかの学校下条校です
平成21年4月にオープンして以来、地域に密着し、ご利用者様・職員、共に毎日を楽しく過ごしています。
当施設は、小規模多機能型といい、通い・訪問・お泊りを自由に組み合わせたサービスを提供しています。又、有料老人ホーム「めだかの家」も併設しており、ご利用者様のニーズに合った選択をしていただけます
看護師が常勤しているため、医療度の高い方のご利用も安心です。
笑顔の絶えない元気なスタッフが「めだか」にはたくさんいますよ！
何かありましたら、いつでも声をかけてください。
めだかの学校は城南にもあります。こちらも小規模多機能型のサービスを提供しております。もうひとつこの度、介護タクシー「めだか」も発進する事となりました。今後とも地域の皆様のお役に立てるよう努力してまいります。宜しくお願いいたします。

めだかの学校下条校・スタッフ一同

家庭の医学のまめ知識

①菌やウイルスを付けない
②菌やウイルスを増やさない
③菌やウイルスを殺す
　　食中毒予防三原則

微生物による食中毒は、食品を加熱することによってほぼ防ぐことができます。冷蔵庫に保存しても菌は死にませんので、冷蔵庫を過信せず調理したものはできるだけすぐに食べましょう。
また、菌は食品から調理器具に付着し、知らない間に繁殖しています。包丁やまな板などの調理器具は除菌し、使わない時は乾燥させておきましょう。食中毒は野菜や果物を除いて、なま物を食べないようにすればかなりの程度まで防ぐことができます。
食べ物を調理する場合には、十分に加熱して、食中毒を予防しましょう。

☆ 認知症の初期症状を チェックしてみましょう
（大友式認知症予測テストより）

このﾁｪｯｸﾃｽﾄは,現在の状態を自分や家族が簡単に知る事ができるものです。各項目をﾁｪｯｸして,合計点を出してみましょう。

採点法　質問項目に答え、次の基準で点数をつけてください。

- × ほとんどない ⇨ 0点
- △ ときどきある ⇨ 1点
- ○ ひんぱんにある ⇨ 2点

質問項目	チェック
① 同じ話を無意識に繰り返す	☐
② 知っている人の名前を思い出せない	☐
③ 物のしまい場所を忘れる	☐
④ 漢字を忘れる	☐
⑤ 今しようとしていることを忘れる	☐
⑥ 器具の取扱説明書を読むのを面倒がる	☐
⑦ 理由もないのに気がふさぐ	☐
⑧ 身だしなみに無関心である	☐
⑨ 外出をおっくうがる	☐
⑩ もの(財布など)が見当たらないことを他人のせいにする	☐

判 定

合計　　点

- 0～ 8点 ⇒ 正常
- 9～13点 ⇒ 要注意
- 14～20点 ⇒ 認知症の始まり???

↓

医師の診察を受けましょう!!

認知症の予防に向け　みんなで努力を

高齢になると誰でも多かれ少なかれ物忘れの症状が出てきます。これは老化に伴う生理的なものですから心配はいりません。

その一方で病的な認知症もあります。脳卒中などから起こる脳血管性認知症と、原因がまだ解明されていないアルツハイマー型認知症がその代表です。

認知症が進むと、物忘れや徘徊などが激しくなり自立した社会生活が難しくなります。重症の場合は看護が必要で、家族への負担が深刻になる場合も少なくありません。

認知症の発症や進行をできる限り遅らせるよう、高齢者本人も家族も一致協力して努力しましょう。